



FICHE TECHNIQUE ENTRÉE

Truite Gravlax, Salade de Pousse d'épinard aux noix

INGRÉDIENTS

Pour 10 personnes

Gravlax de truite :

- 1 filet de truite rose
- 200 gr de gros sel
- 70 gr de sucre semoule
- 16 gr de baies roses
- 8 gr de poivre de Timut
- Aneth
- 1 citron vert
- 1 citron jaune

Salade de pousses :

- 500 gr de pousses d'épinard
- 100 gr de cerneaux de noix
- 150 cl d'huile de noix
- 50 cl de vinaigre de Xérès
- Sel / poivre

DÉROULÉ

Préparation :

- Parer et désarêter le filet de truite.
- Laver les jeunes pousses d'épinard à l'eau claire et les égoutter.
- Torrifier les cerneaux de noix à 140°C pendant 15min.
- Hacher l'aneth grossièrement

Préparation Gravlax :

- Mélanger le gros sel, le sucre, les baies roses, le poivre de Timut.
- Ajouter l'aneth haché et les zestes des citrons
- Disposer du mélange au four d'une plaque gastro, déposer le filet de truite et recouvrir avec le reste du mélange gravlax.
- Laisser reposer 24h au frigo.
- Rincer le filet de truite à l'eau claire et laisser sécher sur grille pendant 2h au frigo.
- Tailler des bandes de 0,5 cm d'épaisseur

Salade de Pousse :

- Réaliser la vinaigrette en mélangeant l'huile de noix et le vinaigre de Xérès. Assaisonner sel/poivre.
- Assaisonner les pousses d'épinard avec cette vinaigrette.
- Disposer les morceaux de truite par dessus et terminer le dressage avec les cerneaux de noix.





FICHE TECHNIQUE PLAT

Gratiné de crozets savoyards

INGRÉDIENTS

Pour 10 personnes

Viande :

- 5 Diots Fumés
- 5 Diots Naturels

Légumes :

- 1 Kg Oignons Blancs
- 1 Kg Epinard Branche
- 1 Kg Champignons de Paris
- 1 tête d'ail

- 1l Vin Blanc
- 1/2l Bouillon de légumes
- 1.2 Kg Crozets
- Sel / Poivre

- 2l Crème liquide 30%
- 500 gr Beaufort en cube ou râpé

DÉROULÉ

Préparation :

- Laver les épinards et les champignons de Paris.
- Emincer les champignons, enlever les côtes et émincer le reste
- Eplucher et émincer les oignons.
- Eplucher l'ail et hacher grossièrement.
- Emincer les diots naturels et fumés en rondelles.
- Réhydrater le bouillon de légumes.

Préparation Farce :

- Faire suer les oignons, l'ail et les diots ensemble.
- Mouiller avec le vin blanc et le bouillon de légumes.
- Cuire 10 minutes et débarrasser les diots.
- Faire réduire le bouillon de moitié et ajouter les épinards et les champignons de paris.
- Cuire jusqu'à évaporation total du liquide, ajouter les diots aux légumes. Assaisonner.
- Débarrasser en plaque gastro à moitié

Préparation Crozets :

- Faire réduire la crème de moitié.
- Cuire les crozets 10 minutes dans un grand volume d'eau salé.
- Ajouter les crozets et les cubes de beaufort à la crème réduite
- Verser ce mélange sur le la farce diots/épinard/champignon.
- Faire colorer les gratins au four à 200°C.





FICHE TECHNIQUE DESSERT

Pompe aux Pommes

INGRÉDIENTS

Pour 10 personnes

- 1.5 Kg Pommes Golden
- 100 gr Sucre
- 50 gr Beurre
- Cannelle
- 1 Pâte feuilletée rectangulaire
- 20 gr jaune d'oeuf
- 1 citron Jaune

DÉROULÉ

Préparation :

- Eplucher, vider les pommes et les conserver dans l'eau froide avec le citron pressé.
- Diviser les pommes en 2 parties.
- Préchauffer le four à 180°C

Compote de pommes :

- Couper la première partie des pommes en gros cubes irréguliers
- Laisser compoter à feu doux avec la moitié du sucre, le beurre et la cannelle.
- Laisser cuire à couvert en remuant régulièrement jusqu'à ce que les pommes soient bien cuites.
- Mixer pour obtenir une compote bien lisse.
- Débarrasser et mettre à refroidir.

Lamelle de pommes :

- Tailler l'autre moitié des pommes en lamelles

Dressage :

- Etaler sur une pâte feuilletée (préalablement piquée avec une fourchette), la compote de pomme, en laissant 1 cm de pâte pour pouvoir souder par la suite.
- Disposer de lamelles de pommes, saupoudrez de sucre.
- Appliquer du jaune d'œuf au pinceau sur le bord de la pâte
- Recouvrir le montage avec une autre pâte feuilletée préalablement piquée.
- Souder les bords en appuyant avec une fourchette.
- Dorer le montage avec le reste de jaune d'œuf.
- Cuire au four pendant 45 min.

